



LA LLAVE DE Pandora

NÚMERO 30 - FEBRERO 2021

MASCARADA

LOS MISERABLES

Marcela Jiménez Avendaño

TORRE DE BABEL

**EEUU Y EL MUNDO EN LA
ERA DE BIDEN**

Gerardo Martínez Vara

CONTRINTUITIVO

**EL NOMBRE DEL JUEGO ES
EQUIDAD**

Iulisca Bautista

DEMOCRACIA SIN FRONTERAS

**JOE BIDEN, KAMALA HARRIS LA
NUEVA ERA**

Enrique Andrade González

PRISMA

**NACIONALISMO DE VACUNAS,
INEFICAZ PARA COMBATIR LA
PANDEMIA**

María Fernanda Garza

EQUILIBRIO Y PUNTO

**UNA NOTICIA BUENA
PARA EL AMBIENTE**

Mario Jiménez Suárez

COLUMNAS

BUHEDERA

de Guillermo Fárber

DE ÁNGELES Y DEMONIOS

de Martha G. Olaiz

VOLVER AL FUTURO

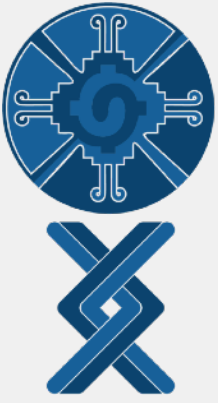
de Francisco Garay

CRÓNICAS DE UN ADOLESCENTE

de Raoul Le Chevallier

ANDARES

de Beto Martínez



DIRECTORIO

Marcela Jiménez Avendaño
Andrea Arras Huerta
Max Power



MANTÉNTE EN CONTACTO



www.lallavedepandora.com



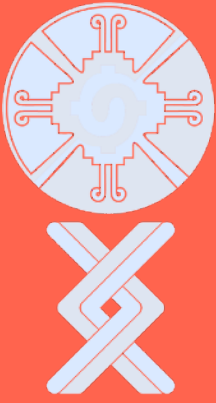
facebook/revistalallavedepandora/



[@lavedepandora](https://twitter.com/lavedepandora)



instagram/lallavedepandora/



CONTENIDO EDITORIAL

Marcela Jiménez Avendaño
LOS MISERABLES

Gerardo Martínez Vara
EEUU Y EL MUNDO EN LA ERA DE BIEN

Ilusca Bautista
EL NOMBRE DEL JUEGO ES EQUIDAD

Enrique Andrade González
**JOE BIDEN, KAMALA HARRIS, UNA
NUEVA ERA**

María Fernanda Garza
**NACIONALISMO DE VACUNAS, INEFICAZ
PARA CONTENER LA PANDEMIA**

Mario Jiménez Suárez
**UNA BUENA NOTICIA PARA EL
AMBIENTE**

Guillermo Fárber
CHINA

Martha G. Olaiz
Y FINALMENTE... MASIOSARE EXISTE

Francisco Garay
**LA COLONIZACIÓN DE MARTE A CUATRO
AÑOS DE DISTANCIA**

Raoul Le Chevallier
LECCIONES EN MI FACETA DE ALBAÑÍL

Judith Sánchez Reyes
**EL ESTRÉS TAMBIÉN TIENE UN LADO
POSITIVO**

Beto Martínez
JUSTINE



POR: MARCELA JIMÉNEZ AVENDAÑO

*“El culpable no es quien ha cometido el pecado,
sino aquél que ha hecho la sombra”.*
Les Misérables, Víctor Hugo

Esta pandemia ha sacado lo mejor y lo peor del ser humano, así que no se me ocurrió mejor título para esta entrega que el de la obra maestra del gran Víctor Hugo, y es que, aunque hemos sido testigos de cientos de actos de solidaridad humana, también hemos presenciado actos abominables que nos hacen perder la esperanza en la humanidad, y los mexicanos no somos la excepción.

En algo tiene razón Andrés Manuel, nuestro país vive en un periodo de sombras que no inició con su administración, sin embargo, bajo su mandato **estamos entrando a un punto de oscuridad total**. Su proyecto de Cuarta Transformación que, no es otra cosa que un recetario tiránico, cristiano-moralino, plagado de inconsistencias y manejado por un puñado de mentirosos, corruptos e ineptos provenientes de los peores grupos políticos que tanto critica, nos ha caído en el peor momento.

Si hay algo que me causa admiración en el sistema legal estadounidense, es su cero tolerancia a las mentiras. Acá, por otro lado, es alarmente con qué facilidad, dada la impunidad al respecto, se puede falsear la información con tal de salvar la imagen, el puesto, la popularidad, etc. Y me queda claro que esto se arraiga cada vez más en el colectivo nacional, de lo contrario, no se permitiría que un gran mentiroso ocupara la palestra diaria para recetar puras falsedades, sin consecuencias.

Y el problema más grave no es la mitomanía de nuestro presidente, sino que sus mentiras y la tolerancia hacia las mismas por parte de su gabinete, de los representantes de otros poderes de la Unión, de los partidos políticos de oposición, de algunos medios de comunicación y de la sociedad civil organizada, así como de parte de la sociedad misma, tienen una afectación de vida o muerte para miles y miles de mexicanos.



Gracias en buena parte a sus mentiras y falsedades, hoy, **México está de luto con casi 180 mil defunciones por Covid-19 y una tasa de mortalidad de 8.8%¹** lo que, de acuerdo con un estudio de la Universidad Johns Hopkins, nos coloca en primer lugar y muy por encima del resto del mundo, seguidos por Perú con 3.6 muertes por cada 100 contagios, Italia con 3.5, Sudáfrica con 3.2, Reino Unido con 2.9, Alemania e Indonesia con 2,7 y Colombia con 2,6.

A esa cifra, hay que sumar la derivada del crimen organizado que ronda los 75,000 asesinatos en lo que va de su sexenio y sobre lo que tampoco nada ha hecho, a excepción de culpar a las administraciones pasadas, y de reunirse y liberar a familiares de peligrosos y conocidos narcotraficantes.

Y estos datos parecen no alarmar, vaya, ni siquiera interesar a López Obrador quien está más pendiente de defender a violadores sexuales como candidatos; de dismantelar organismos autónomos que le restan poder; de respaldar una estrategia y política energética que, a todas luces es caótica y peligrosa; de apoyar a sus aliados empresarios promoviendo leyes a modo para su beneficio, aunque con ello se favorezca el lavado de dinero; de promover sus mega obras de chiste como la inauguración de un aeropuerto ya existente, de universidades sin salones y sin servicios, de carreteras que no son más que caminos rurales, de un tren maya del que seguramente nos mostrarán solo la deforestación provocada sin la construcción de nada; seguir dotando de poder y recursos ilimitados a las Fuerzas Armadas; y, lo más importante, que su partido gane mayoritariamente las elecciones de mediados de este año.

Culpables de esto somos todos, tanto de los que lo apoyan ciegamente sin una pizca de pensamiento crítico y analítico; como de quienes fuimos tolerantes o poco actuantes contra un sistema salvajemente corrupto y anacrónico que provocó que los mexicanos, en su hartazgo, llevaran a un personaje de tal perfil y peligrosidad al poder.

¹ Información del Instituto Nacional de Salud Pública

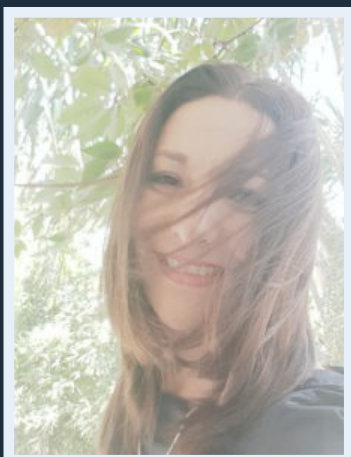


Pero de todo cuanto está haciendo, o más bien deshaciendo, lo que hoy día me causa más indignación y, me gustaría creer que a muchísimos más también, es el uso de esta crisis sanitaria con fines proselitistas. Él mismo lo dijo, el Covid le cayó como anillo al dedo. Sin una real estrategia ni motivación para proteger a los mexicanos del virus y sus miles de consecuencias en la salud, en la economía, en la educación, en la cultura, etcétera, ha encontrado que la aplicación de las vacunas, pocas o muchas -tiene como echar la culpa del desabasto al resto del mundo-, es una gran herramienta de manipulación del votante.

Por ejemplo, es increíble que haya priorizado vacunar a sus “Servidores de la Nación”, es decir a sus operadores electorales, por sobre personal de salud y de la educación o adultos mayores, y quienes son el filtro antes y después para adoctrinar, tomar datos de la credencial de elector e incluso condicionar la vacuna a quienes están acudiendo a la convocatoria de aplicación. Videos sobre de ello hay muchos circulando ya en las redes sociales.

Y qué decir de las payasadas de shows que se han aventado para recibir como rock stars cantidades groseras de vacunas, porque no hicieron los convenios y pagos necesarios para que México las tuviera pese a los problemas de acaparamiento de los países más desarrollados.

Criminales y miserables, no tengo más palabras para definir a quienes encabezan este gobierno.



MARCELA JIMÉNEZ AVENDAÑO

FB <https://www.facebook.com/marcela.jimenez.avendano>

TW @marcelajim

Instagram: <https://www.instagram.com/marcelajimenezavendano/?hl=es-la>

Directora General de la Revista La Llave de Pandora. Actualmente es socia y Directora Ejecutiva de Consultoría X-tratagama.

EEUU Y EL MUNDO EN LA ERA DE BIDEN

POR: GERARDO MARTÍNEZ VARA

“Estados Unidos está de vuelta”

Joseph Robinette Biden Jr.

46° Presidente de los Estados Unidos de Norteamérica

Sin perder de vista que **una de las tareas primarias para la dirigencia norteamericana recién llegada, es la de reconciliar a la sociedad en su conjunto y evitar con ello se profundice la polarización existente**, debemos poner atención al “nuevo rol” de los EEUU en el mundo.

Joe Biden es el nuevo inquilino de la Casa Blanca, desde el pasado 20 de enero del 2021; sin embargo, parece ser más estimulante la salida de Donald Trump de la Presidencia de los EEUU, que la llegada del ex Senador por Delaware.

Las acciones para emprender por los EEUU en las Relaciones Internacionales deben ser “inmediatas” y audaces; en la lógica de que **Donald Trump generó una retracción de la Economía Global, pues revivió el “nacionalismo económico”; puso en riesgo los vínculos con sus “aliados tradicionales”; renunció a múltiples acuerdos internacionales y dejó de participar en Foros y Organismos Multilaterales.**

Los costos están a la vista; **el “liderazgo norteamericano” internacional está seriamente disminuido**; el avance de China, Rusia y de la Europa Unitaria, incentivan la competencia por la hegemonía mundial y reducen notablemente el papel preponderante que han tenido los EEUU desde el fin de la 2ª Guerra Mundial.

Al respecto, “...Será enormemente difícil para el presidente Biden restaurar el brillo y la confianza en el liderazgo global de EE.UU.’, advierte Stewart Patrick, director del programa de Instituciones Internacionales y Gobernanza Global en el Consejo en Relaciones Exteriores (CFR, por sus siglas en inglés), un centro de análisis con sede en Nueva York”. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-internacional-55728637>

“Biden prometió regresar a la Organización Mundial de la Salud, al Acuerdo de París sobre cambio climático y al pacto nuclear con Irán, de los que Trump retiró a EE.UU. durante su presidencia”. (BBC Mundo 20, enero 2021).

En consecuencia, **los puntos centrales en la Agenda Internacional de Joe Biden, con toda certeza incluirán los siguientes aspectos:**

1.La recuperación del "Liderazgo Mundial" que se traduce en la reconstrucción de su "Hegemonía" y el reacomodo con sus aliados europeos y asiáticos. Particular atención merece el replanteamiento de las relaciones con China. En todo caso, se advierte la posibilidad de que se lleve a cabo un **"Liderazgo Compartido" que aligere la "responsabilidad" de los EEUU en la conducción mundial.**

2.La estrategia para la recuperación de la Economía Mundial y revertir el enquistamiento del "nacionalismo económico" y preparar el terreno para los escenarios post Pandemia del Covid-19 e intentar superar la profunda crisis económica por la que atraviesa el mundo.

3.Atención especial para América Latina y el Caribe, incluido México, pues temas como migración, narcotráfico, comercio, inversiones y estabilidad sociopolítica, deben atenderse de inmediato, para **evitar poner en riesgo la seguridad regional.**

En particular, el tema migratorio es de gran relevancia, pues la actual administración tiene como reto regularizar el estatus migratorio de más de 10 millones de indocumentados en la Unión Americana.

Por último, sólo hay que advertir y tener muy claro, que el cambio en la Presidencia de los EEUU no significa en automático una mejoría en las Relaciones Internacionales.

Seamos claros: **Cambia el presidente, no los Intereses Estratégicos de la Potencia Hegemónica.**

Fuentes Consultadas:

- BBC News Mundo, "Biden presidente: ¿podrá el demócrata recuperar la unidad y credibilidad de Estados Unidos tras la polarización extrema de la era Trump?"; obtenido del sitio web: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-internacional-55728637>
- BBC News Mundo, "Biden presidente: en qué consiste el ambicioso plan de reforma migratoria con el que busca dar un camino a la ciudadanía a más de 10 millones de indocumentados"; obtenido del sitio web: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-internacional-55583772>



GERARDO MARTÍNEZ VARA

FB: Gerardo Martínez Vara

TW: @VaraMtz

Cuenta con estudios de Licenciatura, Maestría y Doctorado en Relaciones Internacionales y con una experiencia docente de 33 años. Asesor en materia de Comercio Exterior y promotor de las exportaciones de pequeñas y medianas empresas.

EL NOMBRE DEL JUEGO ES EQUIDAD

POR: IULISCA BAUTISTA

Las elecciones son el ejercicio político que iguala, como ninguno otro, a las ciudadanas y a los ciudadanos. En la gran mayoría de las democracias, el voto de una persona millonaria pesa tanto como el de una desposeída. El principio, e ideal democrático, de “una persona, un voto” se cumple cabalmente en el momento de emitir el sufragio, si la organización electoral es confiable.

Sin embargo, no podemos afirmar que todas las personas influyen de la misma forma en los procesos electorales; la inequidad se presenta en las acciones previas al momento de ingresar en las casillas. Actores ajenos al sistema electoral intentan influir para obtener beneficios posteriores, en caso de que las candidaturas que apoyaron resulten ganadoras. En Estados Unidos, esta es una práctica legal y es, de hecho, una forma de identificar quiénes son los candidatos competitivos. Entre más apoyos de empresas o particulares reciban, más probabilidades de ganar se les atribuyen.

En México, durante décadas, también fue una práctica generalizada; solo que los recursos involucrados en el financiamiento de las campañas no eran privados sino públicos. Los gobernantes consideraban que elegir a su sucesor o a otros “representantes populares”, era una prerrogativa que tenían que ejercer.

Así, el gobierno y el partido se fusionaban y actuaban como fuera necesario para cumplir las órdenes del jefe político o de sus emisarios. No debemos olvidar esto, porque la construcción de la democracia en

México se centró en generar condiciones de equidad en los procesos electivos; se trató de evitar la participación de los gobiernos en las campañas y brindar los recursos y las herramientas para que cualquier candidato pudiera convencer al electorado y ganar una elección.

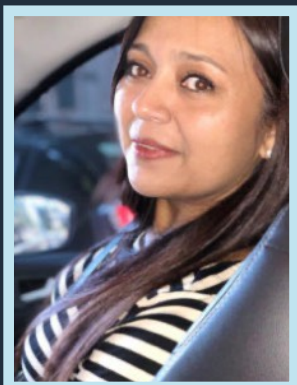
Tomó treinta años construir un piso parejo, una línea de partida en la que el dinero no aventajara a unos candidatos y aletargara a otros. El resultado irrefutable es que todas las tendencias políticas, derecha, centro e izquierda, han ocupado la primera magistratura del país. Y en las entidades federativas, las alternancias han sido regla y no excepción. Casi todas, salvo cinco, han elegido gobiernos procedentes de distintos partidos.



Por eso es tan importante, y tan significativo, mantener tres aspectos esenciales de la equidad: el financiamiento público a todos los partidos políticos; el acceso a tiempos en radio y televisión; y evitar la injerencia de actores ajenos al sistema electoral, ya sean autoridades o particulares.

Creo que el nombre del juego es la equidad especialmente en un país tan desigual como el nuestro; en el que la circulación de dinero, bienes o promesas puede aventajar indebidamente a algunos aspirantes; restando fuerza al principio de igualdad electoral. Si una persona compra el voto de otra con promesas o con apoyos, está replicando su voluntad en el sufragio de alguien más y, con ello, su voluntad adquiere un peso mayor en el resultado electoral. Esto es muy grave y distorsiona esencialmente el concepto de “voluntad popular”.

La equidad es un elemento constitutivo de la democracia mexicana, tal como la conocemos hoy, y por lo mismo debe permanecer en esta y en próximas campañas electorales. El INE y los Organismos Públicos Locales deben exigir y promover el comportamiento imparcial de gobernantes de todos los niveles, desde el presidente de la República hasta el síndico o regidor de un municipio. Esa es la garantía de que la decisión electoral sea plenamente ciudadana, sin la injerencia de actores o agentes con poder. Es, pues, la fuente de la legitimidad que permite el ejercicio democrático del poder público. Cuidémoslo.



IULISCA BAUTISTA

FB: Iulisca Bautista

TW: @iulisca

Instagram: iuliscazircey

Doctora en Ciencias Sociales con Especialidad en Sociología por el Colegio de México. Es experta en comunicación política. Actualmente se desempeña como asesora del Consejo General del INE.

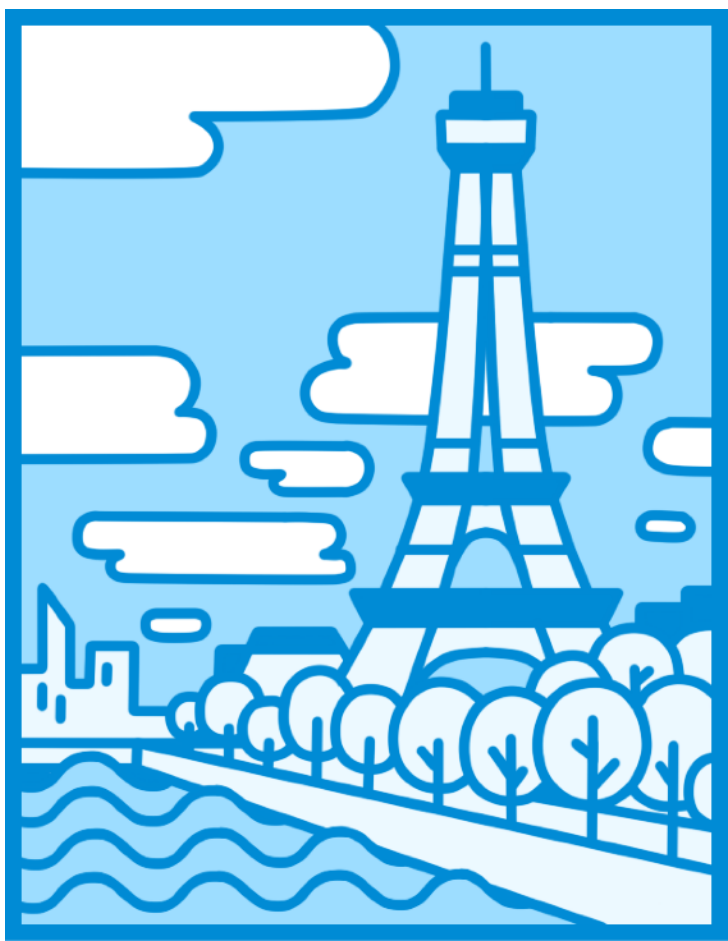


JOE BIDEN, KAMALA HARRIS, UNA NUEVA ERA

POR: ENRIQUE ANDRADE GONZÁLEZ

En medio de un inédito dispositivo de seguridad de 25,000 elementos de la guardia nacional desplegados en el centro de la capital, con armamento pesado y armas de guerra, dispuestos para enfrentar a un enemigo hasta ahora desconocido e invisible, se llevó a cabo la toma de protesta del nuevo presidente y de la nueva vicepresidenta de Estados Unidos, en el Capitolio de Washington D.C.

Joe Biden católico de 78 años, es ahora el presidente # 46, llegó con un apoyo de 81 millones de votos; muchos de ellos de los paisanos de origen mexicano. Inicia una nueva era, encabezada por alguien que ha estado en los lugares de toma de decisiones políticas desde hace más de 40 años; abogado, Senador de 1972 a 2009, vicepresidente de Barak Obama de 2009 a 2017 y ahora presidente. Sabe que necesita su país y tiene una clara visión hacia el futuro, sabe también el daño que un populista como Trump le hizo a la sociedad, dividiéndola entre buenos y malos, entre los que me apoyan y los que no, entre los de antes y los de ahora y por ello, su primera misión lo ha dicho, será restablecer la unidad nacional para enfrentar los desafíos de salud y económicos que plantea este 2021.



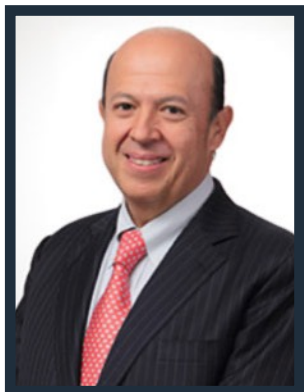
Dentro de sus primeras acciones ejecutivas que ha dicho impulsará, están: respetar el Acuerdo de París, que busca revertir el cambio climático promoviendo el uso de energías limpias y evitando la contaminación; se dice que cancelará los permisos para el paso del oleoducto de Keystone, que llevaría petróleo del centro de Canadá al centro de los Estados Unidos ya que justamente esto promueve las energías contaminantes dañinas para el medio ambiente; en materia migratoria presentará una reforma que posibilite la estancia legal para millones de migrantes que tengan más de 8 años residiendo en aquel país, muchos de ellos mexicanos, y protegerá a los llamados Dreamers, buscando la reunificación de las familias de migrantes que Trump separó. ¡Buenas noticias para los paisanos!

Ya que parte de su triunfo electoral se basó en acusar el manejo ineficiente en contra de la pandemia, se espera que sus primeras acciones vayan dirigidas a controlar su propagación y a evitar el desastre económico que ha provocado en aquel país. Se ha comprometido a vacunar a 100 millones de personas en sus primeros cien días de gobierno, a establecer el uso de cubrebocas obligatorio y a liberar miles de millones de dólares para ayudar a los comercios pequeños y a los desempleados.

El nuevo presidente del poderoso vecino conoce México y a los mexicanos; nuestros problemas de corrupción, narcotráfico, seguridad y pobreza, conoce la política y a los políticos mexicanos y, en ese sentido, tiene claras sus prioridades en la relación bilateral. Sin duda será un presidente que defenderá la democracia, sus reglas e instituciones, tanto en E.U. como en el mundo.

Joe Biden y López Obrador son radicalmente diferentes, ven a sus países con cristales de distinto color; uno viendo al futuro y otro añorando el pasado, uno cuidando el ambiente global, el otro promoviendo proyectos contaminantes, como Dos Bocas y el Tren Maya, uno con la Constitución en la mano, el otro con una guía moral propia, la relación no será fácil.

Finalmente, un poderoso jugador llega con todas las armas al tablero del poder global, habrá que esperar sus primeros movimientos y **ver cómo llevará a cabo su compromiso de recuperar el respeto y la presencia política y económica de Estados Unidos en el mundo.**



ENRIQUE ANDRADE GONZÁLEZ

TW @e_andradeg

Ex Consejero Electoral del Instituto Nacional Electoral (INE) periodo 2014-2020 presidiendo la Comisión del Registro Federal de Electores, la Comisión Temporal del Voto de los Mexicanos Residentes en el Extranjero y la Comisión del Registro Federal de Electores.



NACIONALISMO DE VACUNAS, INEFICAZ PARA CONTENER LA PANDEMIA

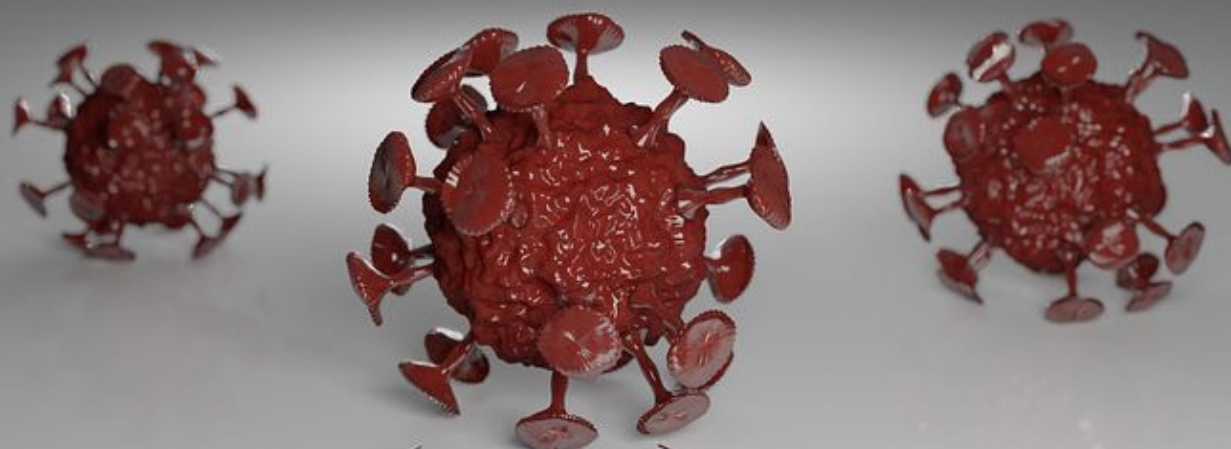
POR: MARIA FERNANDA GARZA

Iniciamos una nueva etapa en esta pandemia al alcanzar los más de 100 millones de contagios en el mundo, cifra que, de acuerdo con los expertos, se encuentra muy por debajo de la real, debido a la falta de pruebas adecuadas y al ineficiente rastreo de contactos en la mayoría de los países, y en la que, la alegría y esperanza por la llegada de las vacunas se ha desdibujado ante el enorme reto que implica vacunar a toda la población global.

Todo indica que, la mayoría de los países desarrollados terminarán su proceso de vacunación durante el próximo verano, sin embargo, la situación de los países en desarrollo es muy distinta.

Desde hace un año, los países más ricos comenzaron a acaparar todo tipo de insumos médicos y medicinas necesarios para enfrentar la pandemia por COVID-19. En abril de 2020, el gobierno de México, respaldado por 179 países, emitió una propuesta a la Organización de las Naciones Unidas para que, a través del organismo internacional, se garantizara el acceso efectivo a medicinas y equipo médico para enfrentar la crisis sanitaria ocasionada por el nuevo coronavirus.

Para finales de ese mismo mes, se puso en marcha el Acelerador del Acceso a las Herramientas Contra la COVID-19 (Acelerador ACT), iniciativa de colaboración mundial de reconocida eficacia puesta en marcha para acelerar el desarrollo, la producción y el acceso equitativo a pruebas, tratamientos y vacunas contra la COVID-19, y que reúne a gobiernos, científicos, empresas, organizaciones de la sociedad civil, filántropos y organizaciones sanitarias mundiales. Sin embargo, esta extraordinaria iniciativa que ofrece una ruta clara a seguir para superar, en el menor tiempo y a los menores costos posibles la emergencia en que nos encontramos, no ha logrado reunir los fondos necesarios.



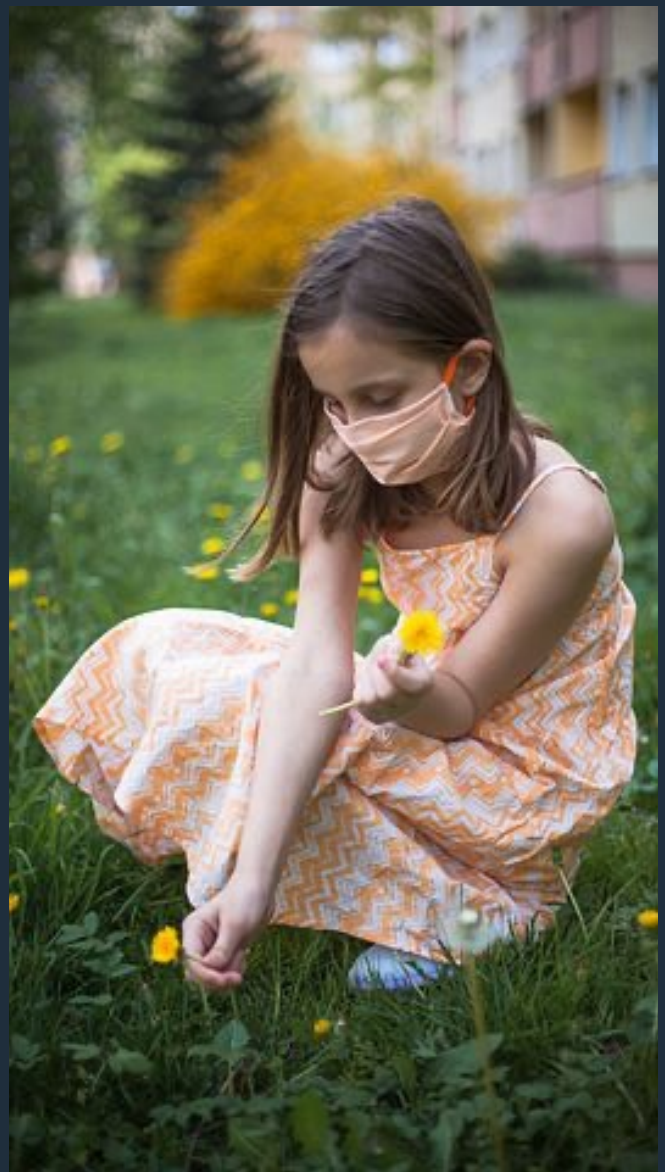
De acuerdo con un estudio realizado por la “Research Foundation” de la “International Chamber of Commerce”, el costo económico para los países desarrollados que apliquen una política nacionalista en el combate a la pandemia, podría ser significativamente más alto que si invirtieran en encontrar una solución global. La economía del mundo podría perder hasta 9.2 billones de dólares, -más que el producto interno bruto anual sumado de Alemania, Francia y Reino Unido. Los países ricos absorberían más de la mitad de ese costo, debido a que las economías y sectores con un mayor grado de exposición internacional serán los más afectados por las pérdidas económicas. La inversión requerida es significativa, pero insignificante en comparación con el costo de la pandemia. Según estimaciones del FMI: el costo total del Acelerador supone menos de una décima parte de las pérdidas mensuales que la pandemia acarrea a la economía mundial.

La distribución equitativa de las vacunas está en el interés de todos los países. Vivimos en un mundo interconectado en el que pocas industrias operan aisladamente, las cadenas de suministro globales que alimentan a empresas grandes y pequeñas seguirán gravemente afectadas hasta que no superemos juntos la pandemia. Para lograrlo debemos dejar el nacionalismo de las vacunas en el pasado y garantizar que los esfuerzos multilaterales cuenten con el financiamiento y el apoyo necesarios para tener éxito.

Como muestra el estudio, garantizar un acceso equitativo a las pruebas, los tratamientos y las vacunas contra el COVID-19 no sólo es lo correcto, sino que hacer lo contrario es económicamente irresponsable. **El enfoque nacionalista de vacunas es un comportamiento político egocéntrico, de corto plazo, potencialmente arriesgado, moralmente indefendible y prácticamente ineficaz para contener la pandemia.**

El nacionalismo de vacunas no es un concepto nuevo. En 2009, durante las primeras etapas del virus H1N1, algunos países ricos firmaron acuerdos de preproducción con posibles fabricantes de las vacunas, comprando por adelantado la producción necesaria para sus mercados nacionales. Debido a esta situación, los organismos de Naciones Unidas solo tuvieron acceso a menos del 10% de la producción.

La distribución equitativa de los escasos suministros requerirá una planificación informada y una cuidadosa deliberación sobre a quién se debe dar prioridad para el tratamiento o la vacunación.

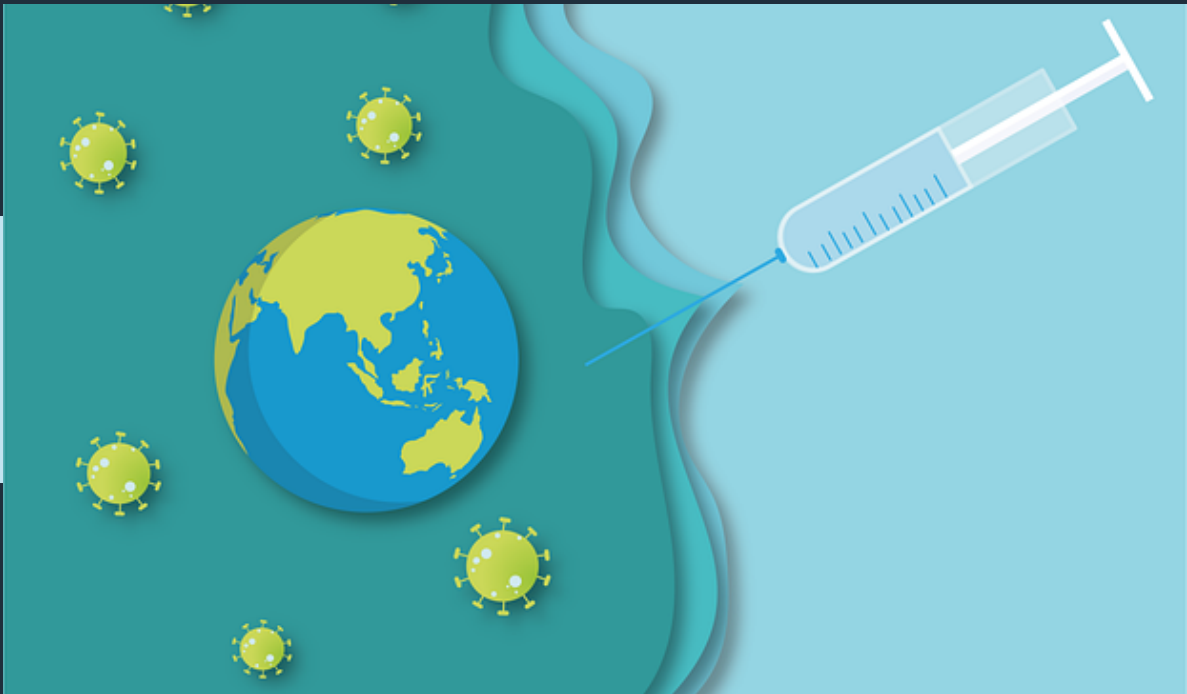


La transición global para salir de la pandemia es más probable si la OMS establece una prioridad criterio; diseña un plan mundial para la distribución justa de vacunas sin dejar a nadie atrás; y comunica eficazmente las razones para priorizar determinados subgrupos.

La OMS desarrolló el "mecanismo de asignación justa" para guiar la distribución estratégica de vacunas aprobadas a nivel mundial. **El enfoque nacionalista de las vacunas sólo perpetuará la enfermedad y prolongará la recuperación global. Sería lamentable e injusto que el acceso a las dosis de la vacuna dependiera de cuánto dinero se tenga o de dónde se viva.**

"El mundo se enfrenta a un fracaso moral catastrófico en el acceso equitativo a las herramientas para combatir la pandemia. Esta investigación muestra un fallo económico que puede resultar devastador", afirmó el Dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus, Director General de la OMS: "Los progresos realizados por el Acelerador ACT muestran la solidaridad para vencer a este virus. **Cuanto más esperemos a proporcionar vacunas, pruebas y tratamientos a todos los países, más rápido se afianzará el virus, surgirán más variantes, habrá más posibilidades de que las vacunas actuales sean ineficaces y será más difícil que todos los países se recuperen. Nadie está a salvo hasta que todo el mundo esté a salvo**".

El fondo necesario para financiar el Acelerador ACT de \$31,300 millones de dólares ha logrado reunir \$3,600 millones. Resulta sorprendente que una inversión de tan solo \$27,200 millones de dólares, sea capaz de generar rendimientos de hasta 166 veces la inversión. No hacerlo sería el error más caro en la historia de la humanidad.



MARIA FERNANDA GARZA

FB <https://www.facebook.com/mariafernanda.garza.96>
TW @mariafergarza

Empresaria mexicana. CEO de Orestia, empresa especializada en soluciones innovadoras en el ramo de plomería que exporta a EEUU, Canadá, Tailandia, Chile, Costa Rica y Hong Kong. Presidente de ICC (International Chamber of Commerce) México, Coordinadora Regional para las Américas de ICC y miembro de la Comisión Ejecutiva Mundial de ICC, la Organización Mundial de las Empresas.

UNA BUENA NOTICIA PARA EL AMBIENTE

POR:MARIO JIMENEZ SUÁREZ

Como en todos los principios de año, los buenos deseos, las nuevas esperanzas y la fe en que este periodo será mejor que el anterior, no se hacen esperar, y en materia ambiental, no es la excepción, sobre todo con la pandemia que vive actualmente el mundo y la necesidad de tener un medio ambiente más sano.

El triunfo del demócrata Joe Biden como presidente del vecino país del norte, hace renacer el optimismo de que estos próximos cuatros años de su mandato, serán de gran beneficio para el medioambiente a nivel mundial, dadas sus promesas de campaña y primeros actos de gobierno. Biden es un defensor de la conservación del ambiente natural y combatiente del cambio climático en particular, desde hace mucho tiempo. Su propuesta política sobre el cuidado de la naturaleza y el regreso de los Estados Unidos de América al Acuerdo de París traerá, sin duda, repercusiones favorables no solo a su país, sino para el resto del mundo. Estos hechos también podrán ser beneficiosos para nuestra nación, pero no así para el gobierno de la Cuarta Transformación (4T), ya que, en contra de su voluntad, se verá obligado a cambiar e implantar nuevas políticas en materia ambiental y económica, para poder comercializar de manera amplia con la Unión Americana.

Independientemente del aspecto político y los comentarios a favor o en contra de sus futuras acciones al frente de la poderosa nación, el triunfo de Joe Biden ha sido catalogado como ampliamente beneficioso en la lucha para contrarrestar los impactos del cambio climático, así lo anuncia su programa en materia de conservación natural, diametralmente opuesto al de su predecesor Donald Trump y por tratarse de la nación más poderosa del orbe y a la vez la más contaminante junto con China, cualquier cambio que se pueda hacer para atenuar el efecto contaminante que dicho país produce sobre el ambiente, será de ayuda para todo el planeta y sus habitantes.



El regreso de Estados Unidos de América (EU) al Acuerdo de París implica, por principio, que acepta tomar medidas para reducir sus emisiones de carbono y, de manera general, disminuir los gases de efecto invernadero. Este acuerdo firmado por 195 países en 2016, pretende limitar el aumento de la temperatura de la Tierra a menos de 1.5°C, con objeto de evitar impactos mayores por el calentamiento global en la naturaleza y los humanos. El hecho de que EU vuelva a reconocer el Tratado como una de las máximas potencias mundiales, conlleva a presionar a los gobiernos del mundo, a que también asuman con mayor fuerza, esta lucha. Ya Biden ha anunciado impondrá “aranceles y cuotas de ajuste a los bienes importados que consuman mucho carbono, provenientes de países que no cumplan con sus obligaciones climáticas y ambientales”. En otras palabras, el que EUA acepte y lleve a la práctica el Acuerdo de París, obligará a sus socios comerciales a tomar las medidas ambientales pertinentes si quieren seguir siendo competitivos y no perder un mercado tan importante como lo es el estadounidense.

México, siendo uno de los abastecedores principales de EU y firmante de dicho acuerdo, se verá obligado a hacer más eficientes sus procesos productivos, sin embargo, por lo presupuestado a nivel federal y conforme lo que se comprometió a cumplir el país, el panorama se ve

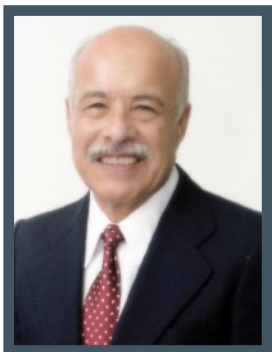
desolador; como ejemplo tenemos que, del presupuesto federal para este año, el 11.6% de los recursos se destinará a la explotación de hidrocarburos y solamente el 1.1% para atender el cambio climático. El Climate Action Tracker, señala que es mínimo el avance de México en el cumplimiento de sus metas del Acuerdo de París para el 2030. Lo que significa por otro lado, que el país tendrá problemas comerciales con su vecino del norte si no cambia sus políticas y acciones ambientales de manera inmediata. Dada su dependencia comercial y la necesidad de reactivar su economía de manera inmediata, México tendrá que hacer los cambios pertinentes en materia ambiental.

El programa del presidente de los Estados Unidos establece diversos puntos claves para la conservación del medio ambiente, destacando el de hacer que el ambiente forme parte de las medidas contra el coronavirus y recuperar áreas de vida silvestre; además pretende reunir a los líderes mundiales a fin de presionar a las grandes naciones industriales para que reduzcan la emisión de gases de efecto invernadero; también propone colocar a las energías limpias por encima de la economía basada en combustibles fósiles y petróleo, contrario a la política de Trump y opuesto a las de López Obrador.



Desde luego, habrá que esperar que tanto de lo prometido se llevará a la práctica, pero pareciera que el interés y empeño de Biden por conservar el medio ambiente sano, no solo de su país sino del resto del mundo, obligará a países como México a cambiar sus políticas para combatir el cambio climático a riesgo de comprometer sus relaciones económicas y financieras. Esto, sin duda, será un duro golpe para el gobierno de la 4T, pero uno a favor del planeta.

La llegada de Joe Biden a la presidencia de los Estados Unidos representa una buena noticia en materia ambiental para nuestra nación y para el mundo. Hasta la próxima.



MARIO JIMÉNEZ SUÁREZ

FB Mario Jiménez Suárez

Profesor del Tecnológico de Monterrey, campus Puebla y de la UPAEP, ingeniero civil de profesión, con doctorado en Desarrollo Regional e investigaciones sobre el desarrollo de la sociedad y su impacto en el medio ambiente, principalmente, en la dimensión urbana.

COLUMNAS

LA LLAVE DE
Pandora

BUHEDERA

de Guillermo Fárber

CHINA

El dilema básico de la humanidad es entre la libertad y la comodidad; la mayoría suele preferir la comodidad.

MICROS Y MACROS

Se pregunta la Paty Haas, recordándonos que el tamaño sí importa: “Y pensar que cuando trabajé en la IBM, la computadora de ellos procesaba la nómina del DF como la gran cosa. La máquina ocupaba unos 150 metros cuadrados y de altura medía como 6 metros. Estaba en la planta baja del edificio de IBM en Mariano Escobedo, en Polanco, a una cuadra del Camino Real. Corría el año de 1972. Ahora, casi 50 años después, estamos viendo qué ha estado haciendo IBM, pero ostensiblemente ya fue rebasada por los chinos. **¿Estaremos viendo una carrera, más que entre compañías, más que entre Oriente y Occidente, más que entre comunismo y capitalismo, entre la filosofía del TAO y la filosofía del Dios hebreo-cristiano? ¿O estaremos en la antesala de una fusión de las dos ideologías para llegar, como termina la película ‘Cabeza de Vaca’, al concepto de ‘Dios, el único DIOS’?”**

REGUSPATOFF

Hace años, cuando los gringos se creían el único “pueblo excepcional” (ilusoria categoría social muuuuuy abundante y conocida como “etnocentrismo”, que en la historia va pasando de raza en raza, de nación en nación, de etnia en etnia... que casualmente siempre es la propia) solían decir que todo lo inventaban ellos y que los demás eran meros copiones, en especial sus grandes rivales durante la llamada “guerra fría” (1945-1991): los comunistas de la Unión Soviética. Se burlaban afirmando que el mayor inventor soviético era el camarada Reguspatoff: la Registration US Patent Office. A ver qué piensan ahora que ellos mismos se encargan de hacer papilla su extenuado sueño de reconstruir a su país como la única superpotencia mundial, y viendo **cómo el eterno péndulo del poder geopolítico oscila otra vez, como hace milenios, de occidente a oriente, de EU a Asia (como antes de Europa a América, y antes de Roma a Venecia, y antes de Atenas a Roma, y antes de Babilonia a Persia, y de Asiria a Egipto, etc). Al parecer el turno hoy pasa de los anglos a los chinos-han.** A menos que, como siempre ha pasado durante miles de años, el imperio declinante dé un manotazo en la mesa y suelte a los perros de la guerra. El problema es que esta vez la guerra será nuclear y moriremos todos. Antes se decía “Better red than dead”, pero acaso ahora no será así... y acaso no deba ser.



TAIWÁN

La tercera (y final) guerra mundial, hoy, puede detonarse en la isla de Taiwán, que sus habitantes consideran como un país aparte y China considera una provincia más de un solo país (el suyo, naturalmente). La isla tiene 36 mil kilómetros cuadrados, 24 millones de habitantes muy bien armados... y un tremendo temor-odio (bien correspondido) contra el partido comunista chino.

FORMOSA, CHINA

WIKIPEDIA: “Hoy en día permanecen en uso varios nombres para la isla de Taiwán, cada uno derivado de exploradores o gobernantes durante un período histórico particular. El nombre Formosa data de 1542, cuando los marineros portugueses avistaron una isla inexplorada y la anotaron en sus mapas como Ilha Formosa (‘isla hermosa’). El nombre ‘Formosa’ eventualmente ‘reemplazó a todos los demás en la literatura europea’ y siguió siendo de uso común entre los angloparlantes en el siglo xx.

PRUEBAS RECTALES

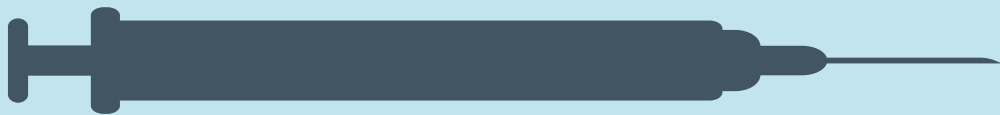
Ahora resulta que algunos “expertos” chinos ensayan una inesperada prueba para detectar el virus maléfico. Como es un bicho que ataca las vías respiratorias, es lógico que las pruebas más exactas (según esos “especialistas”) se apliquen... ¡en el ano! Obvio, ¿no? Se trata de “análisis”. Nunca mejor dicho.

<https://www.terra.com.mx/mundo/2021/1/27/pruebas-anales-para-el-covid-19-china-aplica-nuevo-polemico-metodo-rectal-11364.html>

Por algo dice el meme que si el 2020 nos pareció “culero”, el 2021 pinta aún peor.

CERTIFICADO DE VACUNACIÓN

“Había que sacar un pasaporte en las oficinas de Relaciones Exteriores. La visa gringa se obtenía en la embajada, además de un permiso de Gobernación para salir del país y un certificado de vacuna emitido por la Secretaría de Salubridad y Asistencia.” Cita del fascinante libro “Nomadisea”, de Fernando Amerlinck (2020). El año era 1956 (hace 64 años). Las oficinas de la SRE estaban en la esquina de avenida Reforma y avenida Juárez. La embajada gringa estaba frente a la glorieta de Colón (estatua instalada ahí en 1877 y hoy recientemente desaparecida por las hordas que quieren borrar la historia). El pasaporte costaba entonces \$20 (menos de dos dólares). El permiso para salir del país, por fortuna, ya no lo exige Gobernación (para desmayo de algún burócrata autoritario, supongo; no les des ideas, no sea que quieran revivirlo). La entonces SSA, se llama ahora Secretaría de Salud (en uno de esos “cambios” idiotas, irrelevantes y gatopardistas que tanto agradan a la burocracia porque no cambian nada de nada dizque efectuando un cambio). Y la pandemia que sirvió de pretexto en aquella ocasión, era la viruela (esta vez al parecer será el Covid y será global, no meramente nacional, indispensable para todo, no solamente para viajar).



GUILLERMO FARBER

FB Guillermo Farber
TW @farberismos
Web: www.farberismos.com.mx

Nací en Mazatlán en 1951, a los tres años de edad. Mi vocación, que obedezco rigurosamente, es la de aprendiz de todo y maestro de nada. Tengo publicados 32 libros, de los cuales, con suma benevolencia y atenuada autocritica, rescataría quizá dos o tres. En suma, soy exactamente como todo el resto de mis congéneres humanos: un ser irremediabilmente equivocado de planeta. Tan, tan.

DE ÁNGELES Y DEMONIOS

de Martha Olaiz

Y FINALMENTE... MASIOSARE EXISTE

Masiosare, como muchos ya sabremos y otros tal vez aquí lo descubran, se adoptó como un nombre propio de una frase de la primera estrofa del Himno Nacional, que con tres palabras “más si osare” quiere decir, si se atreve o atreviese, y sigue con “un extraño enemigo, profanar con su planta tu suelo” etc, etc, etc. Las palabras en realidad son complejas y de poco uso, incluso “planta” como pie, pero tengamos en cuenta que nuestro Himno fue escrito en 1853 por el potosino Francisco González Bocanegra y se hizo oficial casi cien años después en 1943, bajo decreto del presidente Manuel Ávila Camacho. Es una evocación a la guerra que, si bien México las ha tenido en su historia, sin duda, nunca hemos sido un país bélico. La idea de un himno es tratar de reflejar la unión, el sentimiento de solidaridad, la glorificación de la historia y las tradiciones de un país, y a este demonio, o sea, yo, le parece que la letra e intención del nuestro, no es precisamente el más certero para dotarnos de sentimiento de orgullo. ¿Será que necesitamos renovarnos?

Pero, hablemos de Masiosare. Cuando descubrí que, en efecto, hay personas que le han puesto a sus hijos tal nombre y que, incluso, el gobierno de Sonora prohibió en el 2014 junto con otros 53 nombres, fuese usado para registrar nuevos niños, me pareció de lo más chistoso, aunque la falta de cultura no lo sea, miren que suponer es un nombre y usarlo, pero peor aún: ¡es el extraño enemigo de México...! ¿y así lo usan? ¿y se lo ponen a sus hijos? Es claro que existen personas incultas y aberrantes que pueden elegir a los enemigos y hoy es un hecho, ahí están todos aquellos que votaron por el señor AMLO. Tenemos a Masiosare de presidente.

Me van a disculpar todos aquellos que en su ceguera no quieran ver, y espero que así sea, porque personalmente me ofende y frustra tener un representante que día tras día, nos muestra que es enemigo de esta nación. El auténtico Masiosare apareció disfrazado de mesías y fue votado presidente, pero peor aún, sigue siendo apoyado por personas sin capacidad de visión y análisis. Si bien, la situación de pandemia ha sido terrible para el mundo, vivirla con un gobernante errático, lo es trágico. Mexicanos, ¿qué caramba hemos hecho para merecer esto?



Ahora sí, tenemos el grito de guerra y en nuestra propia tierra. Somos una burla para el mundo por la manera tan torpe como se ha manejado una situación de emergencia mundial: estamos catalogados en el segundo peor país de 98 naciones (¿Quiero ver cómo siguen defendiendo al cabecita desarticulada blanca?). Primero, al salir con la locura de “darnos abrazos” cuando el contagio de un virus que mata era y es aún, exponencial; de dar el mal ejemplo de no usar cubrebocas, por tener la mente tan pequeña de pensar que eso reflejaba callar la boca (¡hágame usted el favor!); la poca transparencia en el manejo de cifras de contagios y defunciones; por las miles y miles de mentiras y sandeces que nos receta cada mañana; y ahora, ante la posibilidad de las vacunas, del remedio que el mundo espera, contar con una primera toma de las que se habla que fue un regalo de Trump de 44,000 mil vacunas en un país de más de 120 millones de habitantes (y ni siquiera gastó, no vaya a ser que falte pintura para el Palacio Nacional) y tener retraso de la entrega de las vacunas culpando a los laboratorios y no a la falta de previsión, y todavía atreverse a decir que “vamos por buen camino”; y por si fuera

poco constatar que los mexicanos que trabajamos día a día y pagamos impuestos para recibir servicios, vemos como se diluyen en apoyos a los sueldos de estos imbéciles, para los ninis y demás parásitos.

Y yo pregunto ¿por qué no bajan para todos los pagos de predial, luz, agua? Nosotros, la mayoría hemos recibido cero, nada de apoyo mientras intentamos seguir produciendo. Mientras, en otros países los gobiernos han establecido importantes montos para reactivar la economía apoyado a sus ciudadanos.

Ya ni quiero seguir investigando ni relatando la serie de errores cometidos porque dan ganas de llorar y que no me salgan con que México es pobre, no señores, aquí hay mucho dinero y la pobreza se nos olvida cuando nos dan las noticias de los millones y millones que se roban, entonces sí hay mucho, pero se destina a los rateros y ¿lo que supuestamente recuperan dónde queda? Ahora sí, abran el presupuesto y ayúdenos a reconstruir nuestro país, porque ese dinero puesto en la gente que trabaja sí será de ayuda y sólo así saldremos adelante.



Toda mi vida he sido de las ilusas que tratan de defender a este país y sobre todo frente a mexicanos malinchistas que viven criticando y comparando a México con países más desarrollados; que me la he pasado esforzándome por explicar que en pocos lugares se vive como en México; que he hecho hasta poemas de amor a mi tierra y ahora, con este populista que decía querer a México y que se inventó una bola de promesas para mejorar al país, sólo nos ha hecho más pobres, más desesperados y nos ha quitado las ganas de seguir luchando, que en el tiempo más corto de presidencia ha mostrado ser el más corrupto, el más cínico, el más desalentador de todos los rateros que le preceden. Tristemente cuando se anunció que tenía Covid, a muchos nos hubiera gustado verle como tiene a la población, en un hospital sin medicinas, sin respiradores suficientes, teniendo que poner de entrada miles de pesos que no tenemos para ser atendido, que vea el sufrimiento del personal de salud que se arriesga y sufre por no tener lo medios y espacios para atender a los enfermos, sí, señor, ojalá se dé cuenta y ahora sí, sin otros datos, lo que es la realidad de México ante su ineficiencia, ¡che Masiosare del mal!

Ante este Masiosare, ojalá muy pronto los mexicanos realmente nos pongamos en grito de guerra, con este nada extraño enemigo y se vaya a saludar a su mamacita.



MARTHA G. OLAIZ FERNÁNDEZ

FB <https://www.facebook.com/martha.olaiz.5>
TW @martha_olaiz

Escritora, publicista y guionista. Después de incursionar en el mundo de la publicidad algunos años, donde logra un “Heraldo” por el comercial televisivo “Teatro”; pasa a las puertas de Televisa y, durante 27 años, escribe guiones para dicha empresa. Su última publicación en 2018 es “Robarte un suspiro”.

VOLVER AL FUTURO

de Francisco Garay

LA COLONIZACIÓN DE MARTE A CUATRO AÑOS DE DISTANCIA

COLUMNAS

LA LLAVE DE

Pandora

Hace casi veinte años, en 2001, decepcionado por el hecho de que la NASA no tuviera ningún plan para una misión tripulada a Marte, el empresario de origen sudafricano Elon Musk conceptualizó el proyecto Mars Oasis: un invernadero experimental en miniatura que se enviaría a Marte para cultivar plantas.

Las semillas incrustadas en gel nutritivo deshidratado se activarían cuando el pequeño módulo de aterrizaje tocara tierra, enviando imágenes y datos a medida que la frondosa carga creciera y muriera en la superficie del planeta rojo.

Para hacer realidad su sueño, en 2002, fundó la empresa Space Exploration Technologies Corp., mejor conocida como SpaceX.

Años más tarde, en junio de 2013, Elon Musk usó el nombre "Transportador Colonial a Marte" (MCT) para referirse al proyecto de desarrollo y construcción de una serie de motores, vehículos de lanzamiento y cápsulas espaciales para transportar humanos a Marte y volver a la Tierra.

En 2016, ya no le gustó el nombre de MCT y lo cambió a Sistema de Transporte Interplanetario (ITS) bajo el siguiente argumento: "Resulta que el MCT puede ir mucho más allá de Marte, así que necesitará un nuevo nombre..."

Para llegar a Marte se requiere un enorme cohete y una gran nave espacial. Sobre el primer asunto, en 2011 SpaceX comenzó a desarrollar el cohete Falcon Heavy, construido principalmente a partir de tres cohetes Falcon 9, también de Space X.

El Falcon Heavy voló en su misión inaugural el 6 de febrero de 2018 llevando como carga de prueba un auto Tesla Roadster, que todavía está viajando en el espacio. Ahora trabajan en un cohete Falcon Super Heavy.

Sobre el segundo asunto, SpaceX tiene planeado enviar una nave reutilizable llamada Starship, un vehículo con una capacidad de carga de 100 toneladas y que pueda llevar hasta 100 personas a la vez, por lo que sería un cohete que se parece más a un avión comercial.



Se está preparando en estos días una prueba de vuelo a gran altitud en la población costera de Boca Chica, Texas, del prototipo número 9 (SN9) del Starship, luego de la desafortunada explosión del prototipo número 8 (SN8) a la hora de aterrizar, pero que logró ascender a 12.5 kilómetros de altitud y estabilizarse en su descenso. El SN9 mide 50 metros de alto y 9 metros de diámetro.

El Starship tiene cuatro alerones y se utilizan igual que un paracaidista utiliza sus cuatro brazos para controlar la caída libre. Con el vuelo de prueba del SN8, se ha demostrado que es posible controlar un belly-flop, una maniobra de giro que la Starship tendrá que realizar antes de cada aterrizaje.

Después de un ascenso constante, el cohete se volvió horizontal para su caída libre, como estaba previsto, y a los 6 minutos y 32 segundos después del despegue, el SN8 volvió a encender sus motores y se reorientó hacia la vertical para intentar un aterrizaje con motores encendidos.

En una entrevista con motivo de su visita a Berlín para recoger el premio Axel Springer 2020, que concede el grupo alemán de comunicación, Elon Musk dijo que está "muy seguro" de que SpaceX lanzará personas hacia el Planeta Rojo en 2026, y agregó que el hito podría llegar ya en 2024 "si tenemos suerte".

"Pero antes, dentro de dos años, queremos intentar enviar un vehículo

sin tripulación", afirmó Musk. También tiene planeado que las naves Starship de SpaceX lleven astronautas a la Luna antes del año 2024.

Los viajes hipersónicos entre puntos terrestres es también una de las apuestas más importantes de SpaceX. Por ejemplo, el trayecto entre Londres y Hong Kong tomaría unos 34 minutos usando una Starship.

A finales de noviembre de 2020, el empresario reveló sus planes para crear una ciudad auto sustentable en Marte, aunque se detuvo antes de dar precisiones sobre el cronograma de tal desarrollo. Pero, cuando suceda, dijo que no se regirá según las leyes terrícolas, sino sobre las que los colonizadores de Marte se sepan dar en el lugar.

En una de las rondas de preguntas que hace en Twitter, el CEO de SpaceX detalló que su objetivo es lanzar al espacio tres naves por día. Lo que equivaldría a una media de 1,000 vuelos al año alcanzando una colonia en Marte de un millón de personas para el año 2050.

"Soy optimista sobre el futuro en la Tierra, pero es importante tener un seguro de vida para toda la vida", añadió el dueño de Tesla, que reiteró su ambición de ser enterrado en Marte -aunque no debido a la muerte accidental en el impacto en un accidente de nave espacial-.



En otra de las preguntas a Musk en Twitter, afirmó que "cualquiera podrá ir si lo desea". El viaje de ida costará menos de 500,000 dólares, pudiendo conseguir precios de menos de 100,000 dólares, pasados unos años.

Elon Musk declaró a Marte un "planeta libre" de las leyes de la Tierra; incluso envió a los usuarios de su servicio de internet satelital Starlink un contrato con la curiosa línea: "Ningún gobierno con sede en la Tierra tiene autoridad o soberanía sobre las actividades marcianas".

Inverse recordó que ya en marzo de 2018, en una entrevista con ese medio, Musk había hablado de la clase de gobierno diferente que le gustaría que surgiera en Marte, una suerte de democracia directa: "Todo el mundo vota sobre todos los asuntos. Yo recomendaría algunas cosas: mantengan las leyes cortas, por ejemplo. Hay algo sospechoso cuando las leyes son largas".

Sobre el por qué quiere ir a Marte, Elon Musk lo resume de la siguiente manera: "Quieres despertarte por la mañana y pensar que el futuro será grandioso, y de eso se trata ser una civilización espacial. Se trata de creer en el futuro y pensar que el futuro será mejor que el pasado. Y no se me ocurre nada más emocionante que salir y estar entre las estrellas".



FRANCISCO GARAY

FB francisco.garay
TW @pacogaray
Instagram: pacogaray1

Desde 1995, ha participado activamente en la construcción de sitios web y bibliotecas digitales, especializándose en la difusión de documentos históricos mexicanos vía internet, informática y comunicación social. Fue finalista en la terna de la categoría Mente Humana, del concurso 30 Mentes Brillantes, realizado por la Revista Quo y el Canal Discovery, por su sitio en internet: 500 Años de México en Documentos.

CRÓNICAS DE UN ADOLESCENTE

de Raoul Le Chevallier

LECCIONES EN MI FACETA DE ALBAÑIL

COLUMNAS

LA LLAVE DE

Pandora

En esta ocasión voy a contarles sobre mi más nueva experiencia que, a pesar de no ser del todo divertida, sacó al artista, pintor y albañil que llevo dentro.

Durante la mayor parte de lo que va de este año y, dado el encierro por la pandemia, se me ocurrió redecorar mi recámara y he de admitir que me ha encantado toda esta vivencia pues creo me ha aportado muchas cosas más que solo una increíble decoración: aprendí a pintar y resanar paredes y algo de técnica de dibujo. Para mi buena suerte estaba de vacaciones en casa mi tío Oscar que es un artistazo, él es tatuador profesional pero también esculpe, pinta cuadros y todo lo que se le ponga enfrente, de manera que él era quien me decía qué hacer, es decir, me agarró de su chalán o su casi esclavo.

Pero mejor les haré una breve reseña de todo lo que hice, aclarando primero que resultó que no era tan fácil como parecía, que nunca lo había hecho y que, por tanto, era totalmente inexperto, aunque ahora ya soy todo un profesional y me pueden contratar para pintar paredes y techos cuando gusten.

De inicio, me puso a pintar el techo, nada tonto, seguro ya sabía que para lograrlo te tienes que doblar como lagartija al revés, es difícilísimo y dolorosísimo, el resto de las paredes fueron más sencillas. Para todo ello utilicé una herramienta que consiste en un palo largo con un rodillo al final para alcanzar superficies altas, mi tío me ayudó usando solo el rodillo y me sugirió hacer lo mismo. Claro, yo en mi estupenda genialidad decidí que la mejor idea era seguir como iba pues creí me quería robar mi herramienta mágica, ósea el palo (solo había uno). Después de horas y un gran dolor de espalda me di cuenta de que yo estaba muy cansado y él casi no, además vi que sería mucho más difícil llenar los espacios vacíos con mi técnica, así que, al día siguiente use el rodillo nada más y no saben el placer que fue ese cambio, era más fácil y rápido. Primer aprendizaje: hazle caso a los que saben.



Mientras yo seguía pintando el techo y las paredes, mismas que también aprendí a resanar con yeso, el empezó a dibujar los diseños de Star Wars que previamente habíamos escogido. Cuando terminé de albañilear, me tocó ayudarlo a pintar ya los dibujos. Fue bastante divertido y satisfactorio ver como iban tomando forma conforme pasaban los días. Después de tres semanas logramos terminar, he de aclarar que todos los diseños fueron elaborados por él, yo nada más hice el fondeado, pero para ser mi primera vez, me quedó muy bien. Segundo aprendizaje: cuando haces las cosas con pasión, el resultado siempre es increíble.

Andaba yo feliz por el mundo con mi obra de arte hasta que llegó mi mamá con su típico sarcasmo a sacarme de mi ensueño con un: “vas a morir virgen”. Calculo considero muy infantil mi asombrosa decoración, pero ¿saben qué? No me importa, mi recámara quedó padrísima y seguro encontraré una novia fan de Star Wars o que, al menos, disimule si no le gusta. Tercer aprendizaje: la esperanza muere al último y mi madre me odia.



RAOUL LE CHEVALLIER JIMÉNEZ

FB Raoul Le Chevallier
TW @RaoulBLCH
Instagram: raoullechevallier

Adolescente, deportista, hijo único y un poco desastroso. Soy estudiante más por obligación que por convicción. Ya quiero empezar a aprender solo lo que me gusta e interesa. Tengo dos pasiones: el futbol americano y las matemáticas. Mi madre me dice demonio pero lo saqué de ella y no lo soy tanto. Soy un chico común y corriente tratando de alcanzar sus sueños.

SÍ A LAS BUENAS NOTICIAS

de Judith Sánchez Reyes

EL ESTRÉS TAMBIÉN TIENE UN LADO POSITIVO

COLUMNAS

LA LLAVE DE
Pandora

Por raro que parezca, hasta el estrés tiene su lado positivo, y es que el estrés al ser una respuesta adaptativa para reaccionar frente a cualquier acontecimiento de nuestra vida cotidiana ha sido estigmatizado y se le ha señalado como el que pone en jaque negativamente a nuestro cuerpo y mente, pero es momento de conocer su lado amable: les presentó al eustrés o estrés positivo.

Fany Franco Dávila, psicóloga clínica, comenta que el eustrés, sin concebirlo de manera consciente, siempre lo ponemos en práctica, en pequeños momentos, pero, claro, depende de los recursos psicológicos de cada individuo. Según la doctora Franco Dávila, “con el eustrés vas a tener la capacidad de analizar una problemática y tomar decisiones con algún recurso psicológico, la creatividad y la inventiva, dejando de lado la angustia. Obvio, el problema no desaparecerá, pero saldrá a flote toda tu capacidad emocional y psicológica generando emociones gratificantes y soluciones a tus dolores de cabeza”.

Guadalupe Soto, maestra de zumba y dueña de un centro de entrenamiento físico, tuvo que cerrar su negocio por meses ante la emergencia sanitaria, pero al irse prolongando el semáforo epidemiológico en rojo en la Ciudad de México, comenzó a utilizar las plataformas digitales para dar sus clases, cobraba menos, pero comenzó a llegar a más personas e, incluso, a realizar videos personalizados de acondicionamiento físico. Este es un claro ejemplo de lo que el eustrés puede lograr.

El estrés positivo es un llamado a buscar soluciones poniendo en práctica la creatividad e imaginación, maximizando habilidades y cualidades, a diferencia del distrés (estrés negativo) que puede llegar a generar conductas desajustadas y/o bloquear la capacidad de análisis y decisión.

Karina Nájera, doctora adscrita al Servicio Médico del Congreso de la Ciudad de México ha señalado que ejercitarse físicamente, escuchar música, viajar, convivir con amigos y familiares ayudan a detonar el eustrés: “hacer cosas que nos producen una sensación de bienestar ayudan a detonar el eustrés, ya que se liberan hormonas catecolaminas como la adrenalina, la noradrenalina y la dopamina”.

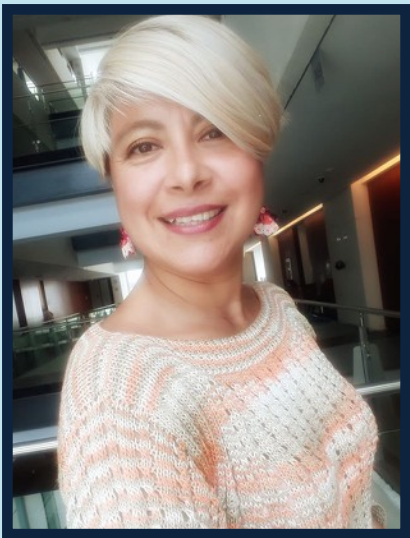


Es así que el eustrés además de abonar a nuestra salud mental y emocional, provoca satisfacción, optimismo, energía, vitalidad y aumento en la autoestima. Y no sólo trae positividad a la mente, sino al cuerpo y al metabolismo entero ya que, al liberar hormonas como la dopamina, fortalece el sistema inmunológico, disminuye los niveles de colesterol, triglicéridos y glucosa en sangre, y con eso de que estamos terminando el puente Guadalupe-Reyes puede ser un excelente aliado para bajar de peso.

Las circunstancias distresantes son inesperadas, por ello los especialistas coinciden en recomendar realizar ejercicios de plasticidad cerebral, que no es otra cosa que activar el sistema nervioso central para evitar un deterioro cognitivo, a través de ejercicios aeróbicos como la natación y el baile, o aprender idiomas, ordenar tu espacio laboral y personal, leer, practicar yoga y meditar. Muchos buenos hábitos para comenzar una nueva vuelta al Sol.

Otro factor que conlleva a momentos de bienestar es la alimentación por lo que consumir cítricos, frutos rojos, espárragos, mariscos y chocolate nos hará sentirnos muy, pero muy eustresados.

En este inicio de año, después de lo vivido en el 2020, es fundamental llevar a cabo una reestructuración cognitiva consistente en analizar si determinados pensamientos y circunstancias nos dañan mental, emocional y psicológicamente; y, si es así, llegó la hora de cambiar el chip y enfocarnos en las soluciones, en lo positivo, en aquello que nos haga sentir plenos y felices y, sobre todo, nos haga sacar la mejor versión de nosotros mismos.



JUDITH SÁNCHEZ REYES

FB JudithS SánchezReyes
TW @sbnconjsr
IG buenasnoticiasconjsr

Periodista egresada de la FCPyS de la UNAM. Su trayectoria ha destacado en la radio y aunque se ha especializado en temas de salud -experiencia que le valió la Presea al Mérito Periodístico “Miguel Ángel Granados Chapa” por el 1er. Lugar a mejor Nota Informativa de Radio, otorgada por la Asamblea Legislativa del Distrito Federal-, ha participado como columnista en programas de índole político. Dada su habilidad por el #blablabla, ha realizado también asesorías en medios en el Poder Legislativo, consultoría y cabildeo político. Pero desde siempre ha buscado el lado amable de la información en todos los rubros, convirtiéndose así en vocera de buenas noticias.

ANDARES

de Beto Martínez

JUSTINE

COLUMNAS

L A L L A V E D E
Pandora

«El amor es tanto más auténtico cuando nace de la simpatía y no del deseo, porque solo así no deja heridas.»
Lawrence Durrell

¡Oh, Justine!

Te apareces en cada palabra,

en cada imagen, en cada personaje.

Sin sentirlo me doy cuenta de que te busco en cada página,

en cada minuto del día y de la noche.

Pero las tardes son especialmente melancólicas e inmundas;

tan cotidianamente ausentes y vacías de ti.





LA LLAVE DE
Pandora



MANTÉNTE EN CONTACTO



www.lallavedepandora.com



[facebook/revistalallavedepandora/](https://facebook.com/revistalallavedepandora/)